Nr. 22. Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

ROK V. Nr. 22

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU

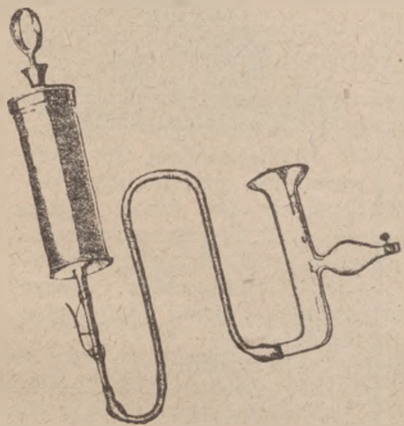
POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT LISTOPADOWY 1931 R.



Zbliżają się święta Bożego Narodzenia — pomyślmy o tem, czy narty, lub łyżwy nie będą najlepszym podarkiem dla naszych 6 lub 7 letnich dzieci.

O znaczeniu i sposobach dokładnego opróżniania piersi przy karmieniu niemowląt



Potrzeba karmienia dziecka własną piersią jest naturalnym — moralnym i społecznym obowiązkiem, przed którym bez dostatecznego powodu nie powinna uchylać się żadna matka.

Matki, które karmią, napotykają czasami na różne trudności, wypływające często z nieświadomości strony technicznej karmienia.

Niektóre z tych trudności stoją w związku z niedostatecznem opróżnianiem się piersi, o czem dzisiaj chcemy pomówić.

Pierś kobieca kształt swój i wielkość zawdzięcza głównie tkance tłuszczowej, która stanowi rodzaj podściółki ochronnej dla znajdujących się w niej zrazików gruczołu mlecznego. Nie kształt piersi, lecz gruczoł mleczny i jego czynność, rozpoczynająca się już w końcu ciąży, a szczególnie po urodzeniu się dziecka, — stanowią o wydzielaniu się dostatecznej lub niedostatecznej ilości pokarmu.

Gruczoł mleczny składa się z oddzielnych zrazików ułożonych w stosunku do brodawki sutkowej — promienisto. Stopniowo wydzielający się ze zrazików gruczołu mlecznego pokarm zbiera się w specjalnych przewodach, których wyloty, ledwo dostrzegalne, widzimy na szczycie brodawki sutkowej. Pokarm, gromadząc się w przewodach gruczołu, wypełnia je i rozszerza, lecz samoistnie z ledwością tylko — kroplami może wydzielać się na zewnątrz. Dopiero ucisk na pierś, lub przyciąganie pokarmu (gdy dziecko ssie) mogą wydobyć z piersi większe ilości pokarmu, pobudzając jednocześnie gruczoł mleczny do zwiększonej czynności. Jeżeli gromadzący się pokarm nie będzie dokładnie i w porę usuwany — to wywierając ucisk na gruczoł mleczny zahamowuje jego czynność, pokarmu zacznie ubywać i po pewnym czasie może on zaniknąć zupełnie.

Przepełnienie piersi pokarmem wywołuje uczucie napięcia a nawet bóle i sprzyja powstawaniu zakażeń w gruczole mlecznym i jego

przewodach. A zatem, dokładne i zupełne opróżnianie piersi jest pierwszym i koniecznym warunkiem dla pomyślnego przebiegu całego okresu karmienia. W warunkach normalnych najlepiej opróżnia pierś silne, zdrowe i dobrze ssące niemowlę.

Zdarzają się jednak okoliczności, gdy pierś nie opróżnia się całkowicie. Może to zdarzyć się już na samym początku karmienia, jeżeli pierś jest twarda i pokarm wydobywa się z trudnością, a niemowlę jest wątłe, słabe lub leniwe. Zdarza się to i później przy obfitości pokarmu, lub różnych okolicznościach utrudniających normalne karmienie, naprz. przy bolesnych pęknięciach brodawki sutkowej.

Na początku karmienia zdarza się także, że pokarmu jest mało; przybywa on z wielką trudnością, pierś jest twarda i obrzmiała. Okoliczność ta bywa powodem zniechęcenia się matki do karmienia i do rozpoczęcia przedwczesnego dokarmiania. Postępowanie to może doprowadzić do zupełnego zaniku pokarmu. O ile postępować cierpliwie i nie zniechęcać się początkowym brakiem pokarmu, prawie zawsze można osiągnąć dobry wynik; należy przytem pamiętać, że zwiększenie ilości pokarmu osiągamy najlepiej i przedewszystkiem przez staranne i dokładne opróżnienie piersi.

O ile dziecko ssie słabo i nie może samo opróżniać piersi (lub jeżeli matka zajęta pracą nie może w pewnych godzinach karmić) — musimy wtedy uciekać się do sztucznego opróżniania piersi za pomocą t. zw. odciągaczek pokarmu. Odciągaczki bywają różnego typu; tutaj podamy tylko najprostsze.

Przedewszystkiem trzeba zaznaczyć, że można odciągać pokarm, przy pewnej wprawie i cierpliwości, — sposobem ręcznym, bez użycia wszelkich przyrządów.

W tym celu matka ujmuje prawą reką pierś u jej podstawy, w ten sposób, aby duży palec znajdował się u góry, a cztery pozostałe palce złożone razem od spodu piersi. Wywierając teraz lekki, masujący ucisk na pierś przy jednoczesnem zsuwaniu palców aż do brodawki ruchem ciągnącym — wywołuje się strzykanie pokarmu, który można zebrać do szlanki. Przy dobrem wykonaniu zabiegu i miękkiej piersi można tym prostym sposobem wcale dobrze opróżnić pierś.

Dla piersi twardej, z której pokarm z trudnością odpływa, nadają się bardziej odciągaczki, których działanie polega na wysysaniu wskutek powstającej w przyrządzie próżni. Najprostszy typ odciągaczki składa się ze szklanej bańki (ze zbiornikiem u dołu dla pokarmu) opatrzonej twardą gruszką gumową. Na rysunku podana jest odciągaczka, w której zamiast gruszki gumowej jest zastosowana do wytwarzania próżni zwykła, tylko większa, strzykawka. Po uprzedniem mocnem zaciśnięciu gruszki, przykłada się

otwór bańki do piersi ściśle wokoło brodawki sutkowej i następnie puszcza się gruszkę wolno. Rozszerzając się, guma wytwarza w bańce próżnię, w którą wypływa pokarm zbierając się w dolnym zbiorniku bańki.

Po wyprostowaniu się gruszki, znowu powtarza się zabieg od początku. Sposobem tym naogół dość trudno otrzymać większe ilości pokarmu; jest on żmudny.

Najlepszą odciągaczką, wśród znanych obecnie, jest t. zw. odciągaczka wodna, której użycie wymaga jedynie obecności w domu kranu z wodą bieżącą. O niej będzie mowa w następnym numerze.

Dr. J. Wiszniewski.



Czy i jak dalece płacz dziecka może wpłynąć na powstanie przepukliny?

Nie jest zjawiskiem zbyt rzadkiem, że matka lub piastunka spostrzega u niemowlęcia, drobnego lub starszego dziecka na brzuchu w okolicy pępka, lub w okolicy prawej czy lewej pachwiny jakieś wygórowanie. Wygórowanie to ma kształt zaokrąglonego w szczycie stożka w okolicy pępka, w okolicy pachwiny zaś ma kształt jajowaty, o przebiegu skośnym, lub podłużnym.

Twór taki może się powiększać zmniejszać, okresowo nawet znikać i znowu zjawiać się w tem samem miejscu. Doświadczona matka sama w tych wypadkach stawia najczęściej trafne rozpoznanie, nazywając to wygórowanie „rupturką".

Rzeczywiście, jest to przepuklina, niewiadomo dlaczego przez szerszy ogół matek nazywa się to rupturą, bo właściwa i polska nazwa tego tworu winna być—przepuklina.

Z przepuklinami u dzieci spotykamy się stosunkowo dość często w wieku niemowlęcym, u drobnych i starszych dzieci.

W niniejszym artykule pragnę wytknąć pewne powszechnie niemal panujące błędne mniemanie u matek, że przyczyną powstawania przepukliny jest płacz dziecka. „Dziecko wypłakało sobie rupturkę" — jest powiedzeniem często padającem z ust matek.

Tak jednak nie jest. Są dzieci— zwłaszcza w pierwszych miesiącach życia — płaczliwe, krzykliwe, wrzaskliwe, niespokojne, a przecież u nich przepukliny mogą nie powsta-

wać, a spotykamy je nierzadko u dzieci spokojnych, pogodnych, rzadko płaczących.

Są zatem jakieś inne przyczyny, sprzyjające powstawaniu przepuklin u dzieci. Mamy tu do czynienia z pewnem usposobieniem do przepuklin, a mianowicie: w miejscu ich powstawania istnieją w powłokach brzusznych pewne luki, które w pewnych przypadkach mogą być większe, a jednocześnie mięśnie powłok brzusznych mogą być również w tych przypadkach bardziej wiotkie. Niekiedy wiotkość mięśni może być następstwem krzywicy (angielskiej choroby). Istnienie zatem tych luk oraz wiotkość mięśni powłok brzusznych usposabia do powstawania przepukliny.

W obecności takiego podłoża zwiększone ciśnienie tłoczni brzusznej (np. podczas silnego kaszlu, podczas parcia na stolec, w wysiłkach fizycznych dzieci starszych i t. p.) może spowodować zjawienie się przepukliny. W tych wypadkach błona surowicza, pokrywająca ściany jamy brzusznej, t. j. otrzewna wdziera się do wyżej wspomnianej luki w powłokach, tworząc tak zwany worek przepuklinowy i ciągnąc za sobą narządy brzuszne jak sieć, jelita, kiszki.

Płacz dziecka, nawet przeraźliwy krzyk może zwiększyć ciśnienie tłoczni brzusznej, nie może jednak w braku innych wyżej wspomnianych momentów wywołać przepukliny.

Mniemanie zatem szerszego ogółu matek, że płacz dziecka jest przyczyną powstawania przepuklin jest błędne. Płacz nie odgrywa w tych wypadkach, albo żadnej roli, albo bardzo nikłą, niewspółmierną z tą rolą, jaką mu niektóre matki wyznaczają.

Dr. S. Średnicki.



Odżywianie dzieci limfatycznych

Dzieckiem limfatycznem nazywamy dziecko o nadmiernie rozwiniętym układzie chłonnym. Nadmierny ten rozwój przejawia się w postaci przerostu migdałków, powiększenia gruczołów chłonnych, skłonności do przesiąkania chłonki na powierzchnię skóry i błon śluzowych. Ostatnia ta cecha jest przyczyną częstych zapaleń skóry, wyprzeń oraz długotrwałych nieżytów błon śluzowych, dróg oddechowych i przewodu pokarmowego. Katary nosa, nieżyty oskrzeli oraz katary

kiszek — oto najczęstsze schorzenia, na które zapadają dzieci limfatyczne. Tkanki dzieci limfatycznych zazwyczaj są bardzo wiotkie, dzięki obfitej zawartości wody. Mówimy o tych dzieciach, że są nalane, a wyraz ten plastycznie określa właściwość ich skóry i tkanki podskórnej.

Dziecko limfatyczne jest bardzo mało odporne, ulega łatwo różnego rodzaju zakażeniom, a przy banalnych nawet schorzeniach szybko załamuje się, raptownie traci na wadze i bardzo wolno powraca do zdrowia.

Z powyższych względów konieczne jest odrębne i bardzo akuratne prowadzenie, a zwłaszcza odżywianie dziecka limfatycznego. Zadaniem naszem jest przeciwdziałać skupianiu się nadmiernej ilości wody w tkankach. Djeta dziecka musi być odpowiednio ułożona, aby zapewnić normalny rozwój, a jednocześnie, aby nie powodować nadmiernego przyrostu wagi.

W pierwszym rzędzie djeta musi być naogół *skąpa ilościowo* pod względem wszystkich składników pożywienia, a więc białka, tłuszczów i węglowodanów, następnie zaś soli i wody.

Przedewszystkiem należy ściśle przestrzegać ogólnej ilości płynów, zawartych w jadłospisie. Mamy tu na myśli mleko, herbatę, soki owocowe, wodę, zawartą w jarzynach i t. p. Co się tyczy ogólnej ilości płynów, to powinna być ona nieco mniejsza od należnej, odpowiadającej wiekowi. Oznaczenie jej naturalnie należy do lekarza.

Niemniej baczyć należy na ilość soli zawartej w pożywieniu. Nadmiar jej ułatwia wiązanie wody i zwiększa jej ilość w tkankach. Nadmierne ograniczenie soli jest jednak przeciwskazane, gdyż są one niezbędnym materjałem dla rozwoju organizmu dziecięcego.

Niezmiernie trudne jest wypowiedzenie się o najkorzystniejszem ustosunkowaniu białka — tłuszczu i węglowodanów w djecie dziecka limfatycznego. Co się tyczy zawartości białka to musi ono być podawane rosnącemu, rozwijającemu się osobnikowi w pewnych określonych ilościach i pod tym względem nie może być mowy o żadnych ograniczeniach.

Inaczej nieco przedstawia się sprawa stosunku tłuszczów do węglowodanów. Szkodliwość nadmiaru tłuszczów w djecie dziecka limfatycznego jest powszechnie znana, z drugiej zaś strony nadmierne obarczenie dziecka węglowodanami prowadzi w bardzo szybkiem tempie do nadmiernego przyrostu wagi i nagromadzenie się wody w tkankach. Ograniczenie tłuszczów w djecie wpływa korzystnie na stan układu chłonnego. Zdawałoby się więc, iż idealną byłaby djeta składająca się z koniecznej ilości białka i węglowodanów. Jednakże na dłuższą metę djeta taka nie może być stosowana bez szkody dla ustroju

dziecięcego. Stąd wniosek, że podobnie jak białko tak i tłuszcze muszą być zawarte w djecie w pewnych określonych niezbędnych ilościach. Należy unikać tylko nadmiaru ich. Węglowodany są uzupełnieniem tych koniecznych składników. Ilość ich jest ściśle zawarta w ramach djety skąpej, o której mówiliśmy na początku.

Jeśli chodzi o rodzaj węglowodanów, to najlepiej znoszą dzieci limfatyczne węglowodany zawarte w jarzynach i owocach. Kasze i potrawy z mąki należy do pewnego stopnia ograniczać.

Jak widzimy z powyższych uwag djeta limfatycznego dziecka musi być przedewszystkiem *nieobfita i przeważnie jarska.*

Nie powinna ona przytem zawierać nadmiaru soli i tłuszczu.

Znaczna ilość witamin zawartych w zielonych jarzynach i owocach bardzo korzystnie działa na ustrój, zwiększa jego siły żywotne i warunkuje prawidłowy rozwój.

Dr. Paweł Baumryter.

Kilka słów w sprawie wełny

W związku z nadchodzącą zimą matki czynią przegląd garderoby dziecinnej. Przy sprawianiu ubranek należy przedewszystkiem zastanowić się nad wyborem odpowiedniego materjału, mając na uwadze, że odzież zimowa powinna być ciepła, lekka i praktyczna w noszeniu.

Tym wszystkim warunkom odpowiadają wełny oraz wszelkie włóczki, są to bowiem materje puszyste, wiotkie oraz porowate, będące złemi przewodnikami ciepła. Zwłaszcza ładne i wygodne są różne kombinacje swetrowe. Wełniane spodenki lub spódniczka, oraz parę sweterków na zmianę stanowią ciepłe i praktyczne zimowe ubrania dziecinne.

Pomimo wyżej wymienionych zalet tkanin wełnianych i wyrobów włóczkowych musimy zaznaczyć, że nie dla wszystkich dzieci są one jednakowo odpowiednie. Mamy tu na myśli często spotykane dzieci obarczone t. zw. skazą wysiękową, dzieci o skórze niezmiernie wrażliwej, niesłychanie łatwo ulegającej podrażnieniu pod wpływem nawet takich bodźców, któreby u dzieci

normalnych żadnych chorobowych objawów ze strony skóry nie wywołały. Wystarczy niekiedy noszenie przez kilka godzin wełnianego lub włóczkowego ubranka, zwłaszcza szorstkiego i przylegającego ściśle do ciała, by wywołać podrażnienie skóry pod postacią zaczerwienienia i przykrego swędzenia. Podrażnienie skóry może stać się punktem wyjścia dla uporczywego wyprysku.

Ujemne działanie tkaniny wełnianej odbija się w pierwszym rzędzie w miejscach, gdzie przylega ona bezpośrednio do skóry, a więc na czole (czapeczka), szyjce (kołnierzyk), ramionach (rękawy) i udach (kamasze).

Z tych kilku uwag łatwo wyciągnąć wniosek, w jaki sposób stosować wełnę, włóczkę u dzieci z wrażliwą skórą. Kierować się musimy następującemi wskazówkami: 1) używać tkanin możliwie miękkich i gładkich, 2) unikać bezpośredniego przylegania wełny do ciała, 3) unikać obcisłych ubranek.

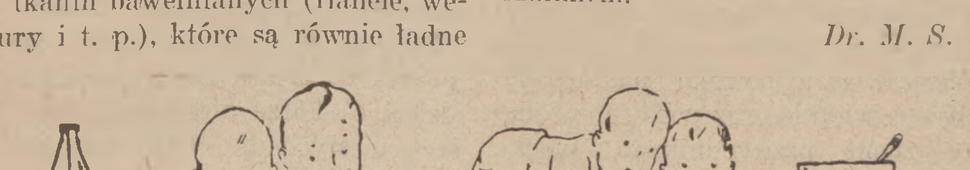
Pod względem praktycznym trudności te rozwiązać możemy w sposób następujący: chłopcom pod sweterek lub bluzkę wełnianą kłaść koszulkę z długiemi rękawami, dziewczynkom szyć lepiej ubranka z tkanin bawełnianych (flanele, welury i t. p.), które są równie ładne i praktyczne jak wełniane, jedynie mniej ciepłe. O ile mieszkanie jest chłodne, płaszczyk zaś zimowy na większe mrozy za lekki, można na sukienkę wkładać serdaczek lub sweterek włóczkowy.

Dzieciom noszącym zimą skarpetki, u których kamasze wełniane wywołują często podrażnienie skóry ud, należy na ulicę wkładać pod kamasze pończoszki.

Największe trudności nastręcza nam okrycie główki, bowiem ciepła włóczkowa czapeczka lub kapturek są konieczne zimą, zwłaszcza u małych dzieci o krótkich włoskach. Aby uniknąć wyprysku na czole najlepiej czapeczkę podszyć jakąś podszewką.

Mówiąc o wełnie trudno nie wspomnieć o futrze, które ma zimą szerokie zastosowanie. Jak często widujemy zaczerwienienie ,a nawet wyprysk na szyjce spowodowany wysokim kołnierzykiem futrzanym. Zwłaszcza silne podrażnienie skóry wywołują futra szorstkie o długim i twardym włosie, dlatego też przy wyborze futerka należy oddać pierwszeństwo futrom o krótkim i miękkim włosie, jak króliki i t. p. W wypadkach, gdy i to futro działa ujemnie na skórę, należy szyjkę ochronić szalikiem.

Dr. M. S.



Z higjeny macierzyństwa

PRÓCHNICA ZĘBÓW

Rozwój układu kostnego płodu odbywa się kosztem odwapniania organizmu matki i tem się objaśnia zwiększona skłonność kobiet, będących w ciąży, do próchnicy zębów, zwłaszcza gdy są w tym czasie zaniedbane i wymagające od dawna leczenia.

Nie pora zwracać się do dentysty, gdy alarmuje nas ból zęba, należy to robić systematycznie przynajmniej dwa razy do roku, by leczyć najmniejsze ślady próchnicy.

W każdym jednak razie na samym początku stwierdzonej ciąży — koniecznie należy udać się do dentysty, by doprowadzić do porządku zęby i zapobiec dalszemu próchnieniu. Przesąd, że nie należy w tym czasie leczyć zębów jest zupełnie nieuzasadniony, można zęby usuwać jeśli tego zachodzi konieczna potrzeba.

Odwapnianiu zapobiegać należy przez jadanie owoców surowych i jarzyn, a prócz tego dobrze wpływa przyjmowanie preparatów wapniowych Bardzo dobre rezultaty obserwowałam, dając matkom w pierwszej połowie ciąży preparaty wapniowe, a fosforowe w drugiej.

Dr. J. Śmiarowska.

Miód dla dziecka

Naprawdę to bardzo nie wiele spożywa się miodu u nas w Polsce. Nie znamy i nie doceniamy wartości miodu; mało się o nim mówi i pisze u nas, w przeciwieństwie do innych krajów, gdzie dzięki celowej propagandzie każdy obywatel wie, jak cennym i bogatym pokarmem jest złoty i brunatny miód, spożywany co rano na bułce czy chlebie.

Przedstawiając pod względem kalorycznym wartość równą wartości cukru, przewyższa go zarówno dzięki łatwej strawności, jak i zawartości soli mineralnych.

W skład miodu wchodzą cukry t. zw. proste, cukier gronowy i owocowy, które mogą zostać wchłonięte bezpośrednio przez organizm, bez żadnego wysiłku ze strony organów trawienia. Sole mineralne, zawarte w miodzie, to fosfór, wapno i żelazo, składniki niezmiernie cenne dla organizmu, a specjalnie dla organizmu dziecięcego. Jeśli do plusów tych dodamy wielostronne działanie lecz-



Dobry miód.

nicze miodu, o którem coraz częściej mówią lekarze całego świata, musimy zgodzić się, że trudno o cenniejszy środek odżywczy dla dzieci.

Pod jednym jednak warunkiem miód, który nabywamy musi być bezwzględnie prawdziwy i czysty. Większość miodu, który sprzedaje się po mniejszych czy większych sklepach spożywczych, to mieszanina melasy, soku buraczanego, cukru, zaprawiona aptecznemi olejkami. Taki miód nie przyniesie spożywającym żadnej korzyści dla zdrowia, a dobrze jeżeli nie przyniesie szkody.

Odróżnienie miodu prawdziwego od zręcznych falsyfikatów jest często rzeczą trudną nawet dla fachowca; w każdym razie napewno nie jest czystym pszczelim miodem, ten, który wciągu zimy sprzedawany jest w stanie płynnym, lub rozrzedzonym.

Każdy miód prawdziwy, zlany do naczynia po niedługim czasie gęstnieje i krzepnie w jednolitą, czasem zupełnie twardą, masę. Miód fałszowany całkowicie, lub też z domieszką innych substancyj, nie posiada często tej własności.

Aby mieć gwarancję, iż nabyty przez nas miód jest prawdziwy i czysty, musimy nabywać go na prowincji wprost od pszczelarzy, w miastach zaś w spółkach pszczelniczych, lub też w pewnych firmach handlujących miodem.

Mamy szereg gatunków miodu różniących się między sobą zarówno kolorem, zapachem, smakiem, jak i ceną.

Każdy z tych gatunków, zbierany był z innego rodzaju roślin miododajnych; naogół miody jasne, zbierane z koniczyny, akacji, lipy są delikatniejsze w smaku, o konsystencji masłowatej, miody ciemne, jak gryczany, wrzosowy mają smak ostrzejszy. Nie można powiedzieć, żeby miody jasne, znacznie droższe od ciemnych, posiadały mniejszą wartość odżywczą, czy leczniczą — niektórzy twierdzą, że jest raczej przeciwnie, co zaś do smaku to jest rzecz gustu, czy kto woli miód bardziej ostry, czy też łagodny, bardziej mdły. Najbardziej aromatyczny, a nie za ostry jest miód górski, zbierany przeważnie z kwiatów łąkowych, miód ten jednak jest najdroższy.

Ale teraz sprawa czy dziecko chce jeść miód i w jakiej formie będzie mu on najlepiej smakował. Za czasów mojego dzieciństwa najlepszym przysmakiem był chleb smarowany miodem na warstwie masła. Taka kombinacja ma tę zaletę, że miód zmieszany z masłem nie „drapie“ w gardle, po drugie, że nie wsiąka w chleb czy bułkę, a po trzecie, że jest podwójnie posilny.

Często jednak dziecko je chleb z miodem niechętnie; możemy wtedy spróbować dawać inny gatunek miodu, o smaku odmiennym; często też dzieci wolą miód rzadki, co można osiągnąć ogrzewając go zlekka na ogniu, lub lepiej wstawiając słoik, czy garnuszek w gorącą wodę. Przy silnem ogrzaniu miód traci bardzo na wartości, gdyż ulatniają się olejki eteryczne.

Można też dodawać łyżeczkę miodu do mleka, lub też słodzić miodem kawę zbożową. Doskonały przysmak, zdrowszy o wiele od kupnych słodyczy, to orzechy laskowe, czy włoskie wymieszane z miodem, a także t. zw. „makagigi“; mieszanina miodu z makiem. Dalej mamy wielką rozmaitość rodzajów pierników, które pomimo, iż miód stracił w nich dużo na wartości, są doskonałem i zdrowem ciastem dla dzieci.

W każdym jednak razie najcenniejszym jest świeży pszczeli miód pachnący wszystkiemi letniemi kwiatami, z których zebrany został czysty nektar.

Spróbujmy zachęcić do miodu dziecko, które krzywi się, grymasi bez wyraźnego powodu, ciekawem opowiadaniem o powstawaniu miodu i o życiu owadów, które go wytworzyły. Może uda się nam zwalczyć uprzedzenie, a jeżeli nie, to napewno uda się nam zaciekawić małego grymaśnika bajką — nie bajką o mądrych i pracowitych pszczołach.

Przypomniemy sobie, czy widzieliśmy kiedy ule, kolorowe domki, w których mieszka cały naród pszczół, a może pamięta dziecko, jak buczały pszczoły, latając dokoła kwitnącej lipy, albo może przypomni sobie, jak wysysało słodki sok z białych kwiatków akacji. Poszukamy sobie punktu wyjścia i zaczniemy historję o tem, jak to niestrudzone pszczoły od samej wiosny wylatują codzień na poszukiwanie pachnących kwiatów, na dnie których leży kropla słodkiego soku — nektaru, jak zbierają go długim włochatym języczkiem, jak w malutkich woreczkach znoszą go do ula i potrochu składają do prześlicznych woskowych komórek. Pamiętamy, jak kwitnie koniczyna, gryka, złota lipa, akacja, liljowy wrzos — z tych wszystkich kwiatów zbierały pszczoły słodycz po kropelce, przelatując dalekie przestrzenie pól, łąk i lasów, żeby uzbierać tę trochę miodu, którym smarujemy dla Ciebie bułeczkę.

Opowiemy jeszcze o tem, jak dawniej żyły pszczoły dziko po lasach, w dziuplach wypróchniałych drzew, jak rabował miód niedźwiedź, jak dokuczał im chłód; a potem człowiek zabrał je do siebie, dał im ciepłe mieszkanie i opiekę,

nasiał moc roślin, które dają nektar, a wzamian zabiera im nadmiar słodkich zapasów.

Opowiemy jeszcze o królowej, matce wielu tysięcy dzieci, o budowie cudnych plastrów z cieniutkich blaszek wosku, o mądrych robotnicach, które wychowują niedołężne potomstwo, karmią matkę, porządkują mieszkanie, wietrzą ul poruszaniem drobnych skrzydełek i bronią przed wrogiem małe państwo, narażając się na śmierć. I o długiej zimie, kiedy grzeją się ciepłem własnego ciała zbite w ciasny kłębek, po troszku zjadając zapasy słodkiego miodu.

Naprawdę cudowna, czarodziejska historja; opowiedzmy ją po trochu, co dzień przy śniadaniu, gdy na stole zjawia się złocisty pachnący miód dla dziecka.

J. Brzósko - Guderska.

Rozmowa z dzieckiem na spacerze

Dzieci na wsi bawią się zwykle same, lub pod okiem matki, ciotki, czy babki tuż koło domu, na dziedzińcu czy w ogrodzie. W mieście rodziny biedniejsze pozwalają dzieciom bawić się na podwórku i zawiązywać znajomości nawet z tak zwanemi „łobuziakami", zamożniejsi prowadzą dzieci do parków, ogrodów miejskich, lub za miasto. Niekiedy mamusie różnych warstw społecznych zabierają dzieci ze sobą, idąc po sprawunki, lub do znajomych i krewnych w odwiedziny. Zajęta swemi własnemi myślami. mamusia najczęściej nie zwraca uwagi na dziecko, ciągnie je za rączkę, przynaglając do pośpiechu, bo trzeba jeszcze to i owo załatwić. tamto kupić, tatuś wkrótce powraca z zajęcia... A mały dzidziuś takby chciał postać przy witrynie z zabawkami! Koń, samochód, samolot, a zwłaszcza tyle ślicznych łódeczek i parostatków czy żaglówek! „Jeszcze chwileczkę!" A potem w drodze rzuca pytania: czemu statek, gdy płynie, nie tonie? Co tam się rusza

w motorówce? I mama jest w kłopocie. Zadaje się jej tyle pytań, wymagających znajomości fachowych. Wie, że nie można dziecka zbyć byle czem. Trzeba mu udzielić rozumnych i rzetelnych odpowiedzi. „Nie nudź, mówi często. W domu ci wszystko wyjaśnię“. A potem niema czasu. Dziecko jest zawiedzione. Przestaje pytać. Wówczas matka zwraca uwagę dziecka na szczegóły mało je interesujące: „Patrz, jak ten pan się śpieszy! jak pędzi, potrącając przechodniów. To brzydko tak kogoś potrącać!“ — Aha! — i rozmowa się urywa.

Młode mamusie mogłyby się nieco przygotować do rozmowy z małym synkiem, czy córeczką. Powinny wiedzieć, że uwagę dzieci pochłania wszystko to, co się rusza, co żyje, co jest zbliżone do życia dziecięcego, wszystko, co budzi fantazję dziecka i pragnienie ruchu. Znakomity pedagog belgijski Decroly zaznacza, że dla dziecka granica pomiędzy światem żyjącym a nieżyjącym, lecz będącym w ruchu nie istnieje. Rzeka, liście pędzone przez wiatr, auto, aeroplan żyją dlań na równi z psem, kotem i człowiekiem. Przytem dziecko ożywia nawet przedmioty martwe, bezwładne (Antropomorfizm). Ulubiona lalka czy niedźwiadek żyją, czują, cierpią... To też znawca duszy dziecięcej, angielski psycholog Sully radzi dawać czasem fikcyjne odpowiedzi w rodzaju: „Liście opadają, bo są stare i zmęczone“ i t. p. Należałoby przemyśleć tematy zajmujące dane dziecko - zawsze na podstawie jego bezpośrednich zainteresowań. Trzebaby zajrzeć do „Małego fizyka“, do chemji i biologji, pogawędzić z fachowcami. Cóż kiedy tak często pycha matczyna i brak czasu na to nie pozwalają! Wszystko jest ważniejsze. I tyle spraw pilnych! A jednakże trzeba koniecznie znaleźć na to czas i naginając się do zainteresowań i upodobań dziecka wyzbyć się nareszcie nieuctwa, choćby kosztem przyznania się doń przed młodszym kuzynem, studjującym na politechnice czy uniwersytecie, lub przed szoferem czy mechanikiem zamieszkałym w tym samym domu lub w pobliżu. Prawdziwa miłość do dziecka ułatwi to zadanie. Rzecz jasno przez nas zrozumiana, będzie jasno i przystępnie dziecku wyjaśniona i wyda po niejakim czasie zgoła nieoczekiwane rezultaty. Przecież nie chodzi bynajmniej o ściśle naukowe odpowiedzi, ale zbliżone do danych nowoczesnej nauki, zaś narzucanie dziecku tematów dlań obojętnych nie jest wskazane już choćby dlatego, że je nudzą i ulatują z pamięci. Najlepiej w tym względzie iść za wskazówką Montessori: nawet na spacerze dać dziecku możliwie najwięcej swobody i obserwować je bacznie, niczem, o ile to możliwe, nie naruszając tej jego swobody. Skoro zaś dziecko pyta, udzielić mu odpowiedzi możliwie wyczerpującej i dla jego wieku odpowiedniej.

Na wsi udajemy się na spacer z dziećmi do pobliskiego lasu, lub na

spotkanie tatusia i t. p. Niekiedy urządzamy majówki, które tak lubią dzieci: zabieramy koszyki z jedzeniem, tobołki z drobiazgami, rozpalamy ognisko w lesie.

Tu bardziej niźli gdzieindziej możemy pozwolić dziecku biegać swobodnie po lesie pod warunkiem, by się nazbyt daleko nie oddalało. Dziełka w rodzaju „Nasz las i jego mieszkańcy“, lub „Z naszej przyrody“ B. Djakowskiego, liczne atlasy roślin, ptaków i owadów są niewyczerpaną skarbnicą w tych warunkach. To też dobrze je mieć ze sobą pod ręką, by w razie zapytań dziecięcych odszukać właściwą roślinkę, lub wskazać ptaszka, którego należałoby poznać po głosie. Pożytecznie jest wdać się w rozmowę z gajowym w obecności dziecka, rozpytując go o sposób życia, zwyczaje mieszkańców lasu, zwierzynę, kary za jej tępienie nie w odpowiednim czasie, lub pokryjomu i t. p. Obserwacja mrowisk, rowu, lub rzeczki, ruchów zwinnej wiewiórki, lub dzięcioła, odczytanie odpowiedniego ustępu o lesie, albo opowiedzenie dziecku bajki czy opowieści, zbliżonej tematem do zaobserwowanych tylko co zjawisk — oto co się nasuwa, skoro się myśli o korzyściach, jakieby wynieść mogło dziecko z pobytu w lesie. Przy tem wszystkiem strzec się jednak należy przedwczesnego, sztucznego rozwijania dziecka. Szkodliwe to jest tak samo, jak przedwczesne zrywanie niedojrzałych owoców. Natomiast, gdy zauważymy, że dzieci niczem się nie interesują, że nie umieją patrzeć, że żadnych pytań nie zadają, możemy przerobić z niemi parę ciekawych eksperymentów przez pedagogów zalecanych: „Wiecie co, dzieci? Ja tu sobie posiedzę ,wy zaś pobiegnijcie do tej polanki (a jeśli jesteśmy na spacerze w polu, to: do tego zagajnika, tych kilku drzewek, czy do tej rzeczki i t. p.). Przyjrzyjcie się jej uważnie i zaraz wracajcie! A gdy dzieci po chwili, zaciekawione tem co ma być, powracają: „Najpierw ty, Janku, zamknij oczy i opowiedz mamie coś widział! Nie przerywajcie mu, nie dodawajcie nic! Doskonale! A teraz ty, Wandziu! zasłoń oczy rączką! Jaki obraz odmalował się w twojej wyobraźni? Teraz Jurek sprobuje też odtworzyć to, co przed chwilą widział! Pobiegnijcie raz jeszcze i sprawdźcie, czy obraz ten zgodny jest z rzeczywistością.“ Dobrze jest każde dziecko zosobna wypytywać o to, co zaobserwowało i porównując sprawozdania dzieci — tem samem badać i poznawać je. Podobne ćwiczenia bardzo dzieci rozwijają, sprawiając im jednocześnie wielką uciechę i nie wyczerpując ich ani fizycznie, ani intelektualnie.

Dr. C. Bańkowska.



Nasze nerwy

II

Mówiliśmy w poprzednim numerze o naszych nerwach, które w stosunku naszym do dzieci wyrażają się w awanturach, gniewach, klapsach. Ale jakże często nerwy nasze szukają swego „ujścia“ na własnych naszych dzieciach w innej formie.

Jest wieczór, dzieci układają się do łóżek, matka ma, jak to się mówi, „ciężkie serce“.

Jak kamień twardy i trudny do dźwignięcia gniecie ją smutek, żal— tęsknota. Umotywowana, czy nie umotywowana? Mniejsza oto. Widok ukochanych główek dziecięcych — ich spokojnych twarzyczek, ich miłych ruchów, tego całego niewysłowionego czaru dziecięcego sprawia, że matka z czułością, z nerwowym spazmem w głosie zaczyna mówić najbardziej kochające słowa. Płyną z jej ust pieszczotliwe zdrobniałe imiona, czułe i miękkie wyrazy, ręce ściskają małe ciałka dziecięce — spadają pocałunki mocne, długie, gorące.

Czy to jest ta pieszczota macierzyńska, bez której dziecko żyć nie może — jak kwiat żyć nie może bez słońca?

Nie! to nie jest spokojna, dobra i tak bardzo potrzebna czułość matki — to tylko upust jej nerwów — te czułości i pocałunki nadmierne, przesadzone, wyolbrzymione, histerycznie słodkie — to przedewszystkiem nerwy matki — nerwy, — które zahaczają o nerwy dziecka — i pobudzają je, szarpią i męczą niepotrzebnie, zupełnie niepotrzebnie.

Nieopanowanie rodziców w gniewie — jak i *nieopanowanie* w czułości — są równie złe dla równowagi nerwowej dziecka.

(D. c. n.)

Zofja Węgrzynowiczowa.

Dzieci trudne

Artykuł ten autorka traktuje jako zagajenie dyskusji, która może zainteresować nasze czytelniczki. Prosimy o nadsyłanie uwag i spostrzeżeń związanych z tym tematem.

Upór, samowola i pewnego rodzaju duch przekory, któremu niestety i my starsi tak często podlegamy, są niepokojącemi objawami u dziecka, gdyż nietylko są dla matek źródłem zmartwień, ale również mogą u niego samego przerodzić się w zupełnie określone wady charakteru.

Od wielu lat intersował mnie ten typ dzieci, pragnęłam nieraz wgłębić się w ich dusze, zrozumieć stan

ich umysłu, lub przyczynę chwilowych nastrojów i przyszłam do wniosku, że często myląc się w ocenie, zastosowujemy najzupełniej wadliwe metody postępowania, które w rezultacie przynoszą nam coraz trudniejszą sytuację. Tych kilka uwag i spostrzeżeń jakiemi pragnę się podzielić z czytelniczkami może wywoła dyskusję, lecz równocześnie pozwoli pogłębić nasz stosunek do tego tak ważnego zagadnienia, jakiem jest umiejętne postępowanie z dziećmi trudnemi do prowadzenia.

Bo i jakąż metodę zastosować do takich dzieci i czy wogóle jest jakiś ogólny system mogący zapewnić zupełne powodzenie?

— Sądzę, że nie, bo żywość temperamentu, otoczenie, czasem chorobliwa wrażliwość i nerwowość u dziecka uniemożliwiają zastosowanie jakiejś jednej metody w rodzaju uniwersalnego środka na wszelkie dolegliwości.

Nieraz dziwne, napozór, zachowanie dziecka wypływa z jego indywidualności, którą, niestety, niezawsze znamy i z którą najczęściej nie umiemy sobie radzić. Są dzieci np., które zamęczają rodziców bezustannemi i pozornie bezmyślnemi awanturami, przyczem wszelkie kary działają wprost odwrotnie, podniecając upór i zawziętość dziecka. Mam na myśli jedną dziewczynkę, najstarszą wśród rodzeństwa, która w okresie przedszkola była mistrzynią wu rządzaniu różnego rodzaju awantur, przyczem nie obywało się i bez przykrych następstw, gdyż matka zapracowana i przemęczona nie mogła opanować niesfornej i nerwowej natury dziecka. Widziałam i obserwowałam wtedy niemal cud w dziedzinie wychowawczej, gdy ta sama matka pod wpływem rozsądnej i doświadczonej rady kierowniczki przedszkola zdobyła się się na świętą cierpliwość i niewypowiedzianą łagodność w stosunku do rozbrykanego dziecka, które, jak się okazało, miało dobrą i szlachetną naturę, nadmierną wrażliwość i przy swej wybitnej nerwowości potrzebowało oparcia i serdecznej opieki — a tę znalazło w kochającem i wyrozumiałem sercu matki.

Inne znów typy dzieci o bujnej, przekornej naturze nie znoszą wprost bezwględnego narzucania woli przez starszych. Wszelki nakaz wypowiedziany w formie ostrej i bezwzględnej wywołuje w nich niemal chorobliwą chęć nieposłuszeństwa — toż samo życzenie wypowiedziane w sposób bardzo stanowczy, lecz tonem spokojnym i łagodnym nie wywoła sprzeciwu. I w tym wypadku mam żywy przykład przed oczyma. Dziecko głodne i mające chęć zjedzenia przygotowanego śniadania — pół godziny awanturowało się dlatego, że matka zbyt ostrym tonem nakazała mu spożycie mleka. W tym wypadku podrażniona ambicja odgrywała rolę — i pewnego rodzaju nieporozumienie— nielogiczność — gdyż w małej główinie nie mógł się pomieścić ten nakaz wobec jego własnej chęci, któ-

rej to coś, narzucone zgóry, przeszkodziło ujawnić się.

Dzieci ambitne sprawiają nieraz dużo kłopotu, łatwo się zrażają i zamykają w sobie, uparcie milcząc, ta druga ostateczność jest nie mniej trudna do opanowania, jak pospolite awantury.

Z takiemi dziećmi najwięcej zdziałać można dobrocią i wyrozumiałością, wszelka niesprawiedliwość dotyka je boleśnie i uniemożliwia porozumienie. Ileż to razy przez nieumiejętne postępowanie i nieznajomość indywidualności dziecka zagradzamy sobie drogę do jego duszy, ile popełniamy pomyłek uważając za objaw uporu jego nieumiejętność wysłowienia się i wyrażenia swych myśli. Dziecko płacze i krzyczy, drażni otoczenie, a w rzeczywistości złości się o to, że go nikt nie rozumie.

Jeśli trudno nam dostosować się do sposobu myślenia dziecka, to przynajmniej nie starajmy się zwalczać go siłą, przełamywać — poszukajmy innego sposobu, starajmy się zainteresowanie jego zwrócić w inną stronę, wywołując inny, pogodniejszy nastrój, to małe ustępstwo z naszej strony ułatwi nam opanowanie sytuacji i da faktyczną przewagę.

Zawsze, nawet w najgorszych sytuacjach należy dziecku dać możność „wycofania się z honorem“ — nie trzeba mu okazywać swojej przewagi, boć ono i tak ją czuje. I jeszcze jedno w stosunku do surowych matek, które chciałyby zmienić metody swego postępowania — niechaj to czynią bardzo ostrożnie, bo takie wpadanie z jednej ostateczności w drugą zbyt raptownie, zwróci uwagę dziecka i poderwie jego zaufanie.

Trudne są czasem warunki wśród których musimy wychowywać swe dzieci, szczególniej trudne jest położenie w domu, gdzie mieszka większa ilość osób starszych, dzieci przeszkadzają im hałasem, krzykiem, lub płaczem, a biedna matka stara się je uciszyć „za wszelką cenę“. W takiej atmosferez dzieci są albo bardzo nieznośne i wyzyskujące sytuację, bo choć małe, ale umieją to robić doskonale. W tym wypadku sądzę, że dla dobra dziecka otoczenie musi ustąpić i zejść na drugi plan. Jeżeli dziecko terroryzuje matkę i płaczem zmusza ją do usypiania, to trzeba go przekonać, że płaczem nic nie wskóra i że cierpliwość matki zwycięży jego upór; wszelkie klapsy i gniewy najczęściej wtedy zawodzą, bo dziecko rozkrzyczane i uparte niełatwo da się uspokoić — ale jeśli choć raz przekona się o bezowocności swych awantur, to napewno nie będzie ich więcej wszczynać.

Trudniejszą jest już sprawa udziału w wychowaniu dziecka różnych najbliższych i dalszych osób z otoczenia matki. Do dzieci niepodobna równocześnie stosować kilku różnych metod wychowawczych i tego rodzaju współpraca da napewno ujemne wyniki. Dziecko nie powinno nigdy znajdować się w atmosferze

sprzeczności, a wszelkie rady, które zawsze dla każdego rozsądnego człowieka stanowią doskonały materjał myślowy, powinny być skierowane bezpośrednio do matki — lecz nigdy przy dziecku.

Na zakończenie podam dwa przykłady opanowania awantur małych uparciuchów. Mały mój siostrzeniec miał fatalny zwyczaj rzucania swych naczyń na ziemię natychmiast po zjedzeniu — widocznie robił mu przyjemność widok stłuczonej porcelany, niestety, prędko musiał oduczyć się od tej miłej zabawy, gdyż sprawiono mu nowe, metalowe nakrycie, które w żaden sposób stłuc się nie chciało.

Drugi znajomy mój chłopczyk urządzał „histeryczne“ awantury, rzucając się na podłogę z krzykiem i płaczem — tego matka odzwyczaiła w bardzo prosty sposób — zazwyczaj z całym spokojem podsuwała mu poduszkę pod głowę „aby mu było wygodniej“ — tego ścierpieć nie mogła mała przekora i na złość mamie zrywał się na nogi, aby nie dotknąć znienawidzonej poduszki.

Jak widzimy, różne są sposoby poskramiania temperamentów naszych dzieci.

Anna Podgórska.

Odpowiedzi na listy rodziców

1. *Pani J. Kuczyńskiej.* Na odległość nie możemy udzielić Pani porady co do częstego oddawania moczu córeczki. Radzimy oddać do badania, a w razie zmian należy się zwrócić wraz z dzieckiem do lekarza pedjatry.

2. *Pani Wandzie Darskiej.* Objawy opisane przez Panią występują niekiedy u dzieci otrzymujących niedostateczną ilość pożywienia. Należy zatem w pierwszym rzędzie ustalić ile pokarmu wysysa dziecko i brak uzupełnić mieszanką.

Do ½ roku niemowlę powinno jadać 6 razy na dobę w odstępach 3 godzinnych z przerwą nocną 9 godzin. Poszczególna porcja w 8-ym

tygodniu 120 — 130 gr., w 10 — 12 tyg. 140 — 150 gr. Ostatnia porcja jest wystarczająca do ½ roku.

W godzinach, w których Pani jest w szkole, jakoteż dla pokrycia braku pokarmu należy stosować mieszankę do końca 3-go miesiąca, 1 część mleka, 1 część wody z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki. Z chwilą ukończenia 3-ch miesięcy należy przejść na mieszankę 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki.

3. *Pani Romualdzie Wieczorek.* Waga Pani córeczki jest nieco niższa od przyjętych przeciętnych norm wagi dzieci w tym wieku.

8-io miesięczne niemowlę powinno jadać 5 razy na dobę. Poszczególna porcja 180 gr.

Jako jedno jedzenie w porze południowej kaszka na smaku z jarzyn i jarzyny, tak jak to mała już otrzymuje, 3 razy pierś, 1 raz 180 gr. mleka pełnego z dodatkiem 2 łyż. od herb. cukru i 2 sucharków.

W razie niedostatecznej ilości pokarmu należy brak uzupełnić do 180 gr. mieszanką, którą córeczka Pani dotychczas otrzymywała, ewentualnie jeszcze jedno karmienie piersią zastąpić kaszką na mleku z cukrem.

Oprócz powyższego mała musi dostawać surowe soki, lub też jabłko skrobane w ilości od 1 do 6 łyż. od herb.

Czekolady, ani też konfitur nie należy niemowlęciu podawać.

Na spacerze powinna być mała 3 — 4 godzin. Spać w ciągu dnia powinna 4 do 5 godzin. Zęby pierwsze najczęściej wyrzynają się pomiędzy 8 a 10 miesiącem.

4. *Pani Br. Gościejowej.* W sprawie wysypki dziecka Pani odsyłamy Panią do odpowiedzi Nr. 5 Pani Zofji Rabowej umieszczonej w poprzednim numerze M. M.

5. *Pani Marji Mazurkiewiczowej.* 8-io miesięczne dziecko Pani odżywiane wyłącznie sztucznie powinno jadać 5 razy na dobę, przyczem jedno jedzenie musi być bezwzględnie bez mleka, a mianowicie kaszka na smaku z jarzyn, lub lekkim rosole i jarzyny.

2 razy dziecko powinno otrzymywać po 180 gr. mieszanki, którą otrzymuje dotychczas. 2 razy pełne mleko w ilości 180 gr. na porcję z dodatkiem 2 łyż. cukru, sucharków, lub kaszki.

Oprócz tego surowe soki, lub jabłko skrobane w ilości 6 — 8-iu łyż. od herbaty.

Przy długotrwałym kaszlu bez gorączki należy wychodzić na powietrze.

Zęby wyrzynają się pomiędzy 6 a 8 miesiącem życia.

Wobec tego, że dziecko Pani od-

żywiane jest wyłącznie sztucznie i nie ma jeszcze zębów, dobrze byłoby podawać tran w ilości 1 łyż. od herbaty.

6. Pani M. K. Szydłowskiej. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

7. Pani Wacławie Zmudzkiej. Wobec objawów podanych przez Panią radzimy w pierwszym rzędzie sprawdzić ile pokarmu wysysa córeczka.

5 tygodniowe niemowlę powinno jadać 6 razy na dobę w odstępach 3 godzinnych. Poszczególna porcja 3 godzinnych. Wielkość poszczególnych porcyj jak w odpowiedzi Nr. 2.

Sprawdzić ilość pokarmu można zapomocą ważenia niemowlęcia przed i po karmieniu, bądź też przez odstrzyknięcie pokarmu.

W razie niedostatecznej ilości należałoby brak uzupełnić mieszankę o składzie 1 część mleka, 1 część wody z dodatkiem 1½ łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki.

Karmić piersią należy naprzemian. Jedno karmienie, jedna pierś, drugie karmienie, druga pierś.

8. Pani Hance. Waga Pani synka jest nieco niższa od przyjętych przeciętnych norm wagi dzieci w tym wieku.

6-cio tygodniowe niemowlę powinno jadać 6 razy na dobę w odstępach 3 godzinnych z przerwą nocną 9 godzin.

Wielkość poszczególnych porcwj jak w odpowiedzi Nr. 2.

Karmić należy na zmianę, raz jedna, raz druga pierś. Pokarmu nie potrzeba odciągać nawet po dłuższej przerwie.

Stolce wolne u niemowlęcia odżywianego piersią i przybywającego dostatecznie na wadze nie powinny budzić żadnych obaw.

Wobec tego, że mały jest wyłącznie odżywiany piersią niema w tej chwili potrzeby podawania surowych soków.

Przewijać dziecko można podczas snu, należy to jedynie robić w ten sposób, aby nie rozbudzać dziecka.

Na sapkę możemy jedynie na odległość poradzić wazelinę. Gdyby jednak utrzymywała się b. uporczywie należałoby się zwrócić do lekarza.

Nasza forma

Na załączonej tabliczce podajemy formę koszulki dla niemowlęcia szyjemy z cienkiego batystu lub nansuku, szwy robimy b. płaskie, aby nie ugniatały delikatnego ciałka niemowlęcia.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej“, Marszałkowska 148.

DODATEK DO DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA" Nr. 22

ROK 1931

Wzór haftu angielskiego
na obruś podwieczorkowy.
Wykonać nićmi





Woat 1930.

SZLACZKI NA RĘCZNICZKI, FARTUSZKI I T. P.
ŚCIEGIEM SZNURECZKOWYM PRZEWLEKANYM

DODATEK DO DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA" Nr. 22
ROK 1931



